

0623超商課程

上課囉!!



請同學掃描QR code或點選網址聽上課鐘聲

<https://www.youtube.com/watch?v=4wDBYMrSljM>



上課流程

第一節	體能訓練
第二節	購物-工作態度-耐心
第三節	購物-工作態度-耐心
第四節	清潔練習

第一節-自主體能訓練



若家裡面就有飛輪或踏步機的同學可進行體能訓練，也可以掃描QR CODE 或點選網址一起來進行動態伸展操吧！

<https://reurl.cc/6yAKW5>

啲啲星球-海草舞



<https://reurl.cc/Q78Y80>

基本伸展操



請同學分享自己的學習狀況

項目	伸展操	跳舞(啲啲星球)	其他
<p>自我檢視學習狀況</p> <p>😊 滿意</p> <p>😐 尚可</p> <p>😄 加油</p>			

小複習

還記得上次的課程嗎，請同學試著回想說說看。

小複習

(請同學唸讀一次並自我檢核有沒有做到)

工作態度-守紀律

1. 上課的時候，不亂跑。

2. 上課的時候不講話。

3. 有話要說**先舉手**。

4. 老師不在時也要**保持安靜**。

5. 遵守老師的指示來做動作。

6. 工具拿好不能任意玩弄。

7. 我會按照老師的指示使用工具材料。

8. 依規定的步驟操作機器。

9. 依照規定的時間到工作場所。

10. 需要輪流時安靜排隊，一個一個來。

11. 工作前要穿上工作服。

12. 上課或工作時要有精神，不趴在桌上，不靠牆壁。

第二、三節

• 工作態度-耐心



同學們，做任何事情要能有傑出表現，最重要的態度之一就是耐心，有耐心的人，做很多事情都不會放棄。今天我們就來和同學說明耐心的重要性！

1. 耐心就是，
相同的工作，做了很多遍，也不覺得煩。

請同學想一想，哪些事情
是你做了很多遍，但沒有
嫌煩的工作？



2.耐心就是，
雖然每天做同樣的工作，也不覺得無聊。

說說看，在家裡哪些事情每天都要做？

洗碗	洗澡	倒垃圾	吃飯	復健
如廁	上課	整理書包	收拾衣服	刷牙



3. 耐心就是， 當老師指導其他同學時，能耐心等待。

**你知道還有什麼時候需要耐心等待呢？請打V

1. 買票

5. 升旗典禮

2. 點餐

6. 上、下車

3. 便當店盛湯

7. 看醫生掛號

4. 上下班打卡

8. 郵局領錢

解答



**作業單：

你知道還有什麼時候需要耐心等待呢？請打V

(V)1.買票

(V)5.升旗典禮

(V)2.點餐

(V)6.上、下車

(V)3.便當店盛湯

(V)7.看醫生掛號

(V)4.上下班打卡

(V)8.郵局領錢

4.耐心就是，
當同學動作太慢時，能心平氣和的等待。

請同學想一想，
你覺得班上最有耐心的人
是誰？為什麼？



5.耐心就是，發現工作做錯了，不要怕麻煩，再做一次。

**動腦想一想：

發現事情做錯了，你要怎麼辦?請打勾!

1. 我不要做了
2. 請問老師
3. 請問同學
4. 請問老闆
5. 再想一想
6. 放著不管
7. 再重頭做一次

解答

**動腦想一想：

發現事情做錯了，你要怎麼辦？請打勾！

1. 我不要做了
2. 請問老師
3. 請問同學
4. 請問老闆
5. 再想一想
6. 放著不管
7. 再重頭做一次

6.耐心就是，
做完一件工作，才可以再做下一件。

你在家裡	是	否
(1)會不會耐心的將全家的碗筷洗乾淨、收整齊。		
(2)會不會檢查工作是否完成。		

小複習

(請同學唸讀一次並自我檢核有沒有做到)

工作態度	自我檢核
1.相同的工作， 做了很多遍，也不覺得煩 。	
2.雖然 每天做同樣的工作，也不覺得無聊 。	
3.當老師指導其他同學時，能耐心等待。	
4.當同學動作太慢時，能心平氣和的等待。	
5.發現工作做錯了， 不要怕麻煩，再做一次 。	
6.做完一件工作，才可以再做下一件。	

請同學分享自己的學習狀況

項目	工作態度-耐心
<p data-bbox="682 658 1192 722">自我檢視學習狀況</p> <p data-bbox="802 811 1100 896">😊 滿意</p> <p data-bbox="802 915 1100 1001">😐 尚可</p> <p data-bbox="802 1019 1100 1105">😄 加油</p>	

第四節-清潔練習或觀看環境教育影片(擇一)

- 請同學依據檢核表進行清潔練習

清潔項目	擦桌椅	掃地	拖地
自我檢核			

【小人物大英雄】
20150831 - 高山幸福巴士



<https://reurl.cc/Q9X2p9>

預告下次上課內容

6/25工作態度學習-耐心(二)!

課程結束！



請給自己掌聲鼓勵！